

第3次佐賀県健康プラン目標一覧(抜粋)

目標項目		現状値(把握年度)	目標値(把握年度)
栄養・食生活	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合の増加	今後把握	50%(2032年)
	野菜摂取量の増加	239.7g/日(2022年)	350g/日(2032年)
	食塩摂取量の減少	12.8g/日(2022年)	7g/日(2032年)
身体活動・運動	県公式ウォーキングアプリ「SAGATOCO」のダウンロード数の増加	97,833(2022年)	増加傾向(2033年)
	1日の平均歩数の増加	5,598歩(2022年)	7,000歩(2033年)
	運動習慣者の割合の増加	18.7%(2020年)	40%(2032年)
休養・睡眠	睡眠による休養を十分にとれている者の割合の増加	78.9%(2020年)	80%(2032年)
飲酒	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合の減少	11.5%(男性 13.8% 女性 9.8%)(2020年)	今後設定(2032年)
喫煙	20歳以上の者の喫煙率の減少(喫煙をやめたい人がやめる)	16.0%(男性 26.1% 女性 7.7%)(2020年)	12%(2032年)
歯・口腔の健康	20歳以上で過去1年間に歯科健診を受診した者の割合の増加	51.8%(2020年)	95%(2032年)
がん	がん検診受診率の向上	胃がん54.4% (男58.4% 女50.0%)	今後設定(2033年)
	胃がん 肺がん	肺がん54.4% (男58.4% 女50.6%)	
	大腸がん(40 ~ 69歳)	大腸がん46.8% (男51.3% 女43.0%)	
	子宮頸がん(20 ~ 69歳) 乳がん(40 ~ 69歳)	子宮頸がん45.3% 乳がん50.0% (2022年)	
循環器病	高血圧症有病者の割合の減少(収縮期血圧 140mmHg以上)	17.3%(2020年)	13.0%(2031年)
	脂質異常症の者の割合の減少(LDLコレステロール160mg/dl以上)	12.8%(2020年)	9.6%(2031年)
	メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合の減少	30.8%(2021年)	23%(2032年)
	特定健康診査の実施率の向上	52.9%(2021年)	70%(2032年)
糖尿病	糖尿病性腎症による年間新規透析導入患者数の減少	108人(2021年)	85人(2032年)
	糖尿病治療継続者の割合の増加	62.9%(男性 63.3% 女性 62.1%)(2020年)	81%(2031年)
	血糖コントロール指標におけるコントロール不良者(HbA1c8.0%以上の者)の割合の減少	1.5%(男性 2.1% 女性 0.9%)(2020年)	1.1%(2031年)
	糖尿病有病者(HbA1c6.5%以上の者及び血糖関連服用者)の割合の増加の抑制	12.9%(男性 17.7% 女性 8.7%)(2020年)	減少(2031年)
	糖尿病予備群(HbA1c6.0%以上6.5%未満の者)の割合の減少	14.1%(男性 13.5% 女性 14.7%)(2020年)	減少(2031年)
COPD	COPDの認知度の向上	18.4%(2020年)	80%(2032年)
生活機能の維持・向上	口コモティブシンドロームの減少(足腰に痛みのある高齢者の減少) 65歳以上人口千人当たり	228人(2022年)	210人(2031年)
社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上	地域の人々とのつながりを感じている者の増加	今後把握	5%の増加(2032年)
自然に健康になれる環境づくり	「健康な食事」提供店数の増加	49店舗(2022年)	77店舗(2033年)
誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備	県と共同して県民の健康づくりに取り組む企業団体等の増加(さが健康維新県民運動サポート企業等)	26企業(2022年)	増加傾向(2033年)
こども	小学5年生の肥満傾向児の割合の減少	10.92%(男子 14.37% 女子 7.24%)(2021年)	減少傾向へ(2032年)
高齢者	低栄養傾向(BMI20以下)の高齢者の割合の増加の抑制	18.4%(2020年)	13%未満(2032年)
女性	20 ~ 39歳女性のやせ(BMI18.5未満)の割合の減少	14.8%(2020年)	現状維持(2032年)

第3次佐賀県健康プラン概要版

2024(R6) ~ 2035(R17)

佐賀県では、「県民が健やかで心豊かに生活できる持続可能な社会の実現」を目指し、「第3次佐賀県健康プラン(佐賀県健康増進計画)」を策定しました。

本プランでは、「栄養・食生活」「身体活動・運動」「糖尿病」「がん」などの分野において、55項目の具体的な目標を設定し、県民の健康寿命の延伸に向けて、より実効性のある取組を推進しています。

また、乳幼児期から青壮年期、高齢期といったライフステージごとの健康づくりに加え、胎児期から高齢期に至るまでの生涯を通じた「ライフコースアプローチ」の視点を取り入れ、「健康寿命の延伸」や「健康格差の縮小」を目指しています。

佐賀県の健康課題と背景

佐賀県民の健康課題

【健康寿命】

健康寿命は伸びているものの、平均寿命も同様に伸びており、両者の差は縮まっていません。

【メタボリックシンドロームと肥満】

メタボリックシンドロームおよびその予備群の割合は増加傾向にあり、肥満(BMI25以上)の割合も男女ともに増えています。

【糖尿病】

佐賀県は全国でも糖尿病及び糖尿病予備群の割合が高い状況にあります。2020年には、糖尿病の割合が全国ワースト2位、糖尿病予備群が全国ワースト3位という結果でした。

背景にある生活習慣の課題

●野菜の摂取不足

1日あたりの野菜摂取量は約240gで、目標の350gに達していません。

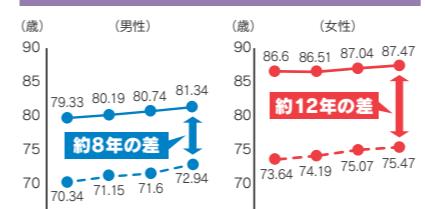
●食塩の過剰摂取

食塩摂取量は1日あたり12.8gと減少傾向はあるものの、生活習慣病予防の目安である7g未満には達していません。

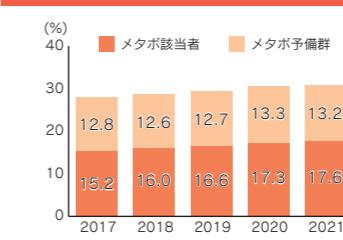
●運動不足(歩数の減少)

1日あたりの平均歩数は約5,600歩で、年々減少傾向にあります。

健康寿命と日常生活に制限のある期間



メタボ該当者と予備群の割合



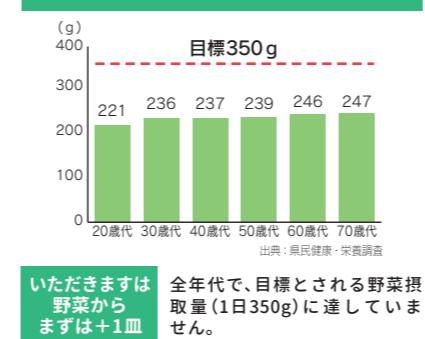
糖尿病の疑いが強い者の割合



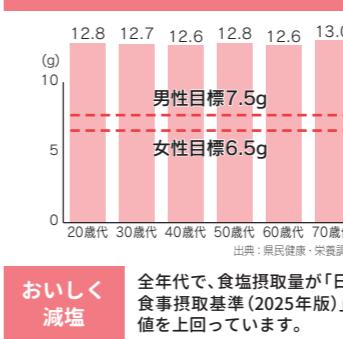
生活習慣改善で合併症予防

糖尿病の管理指標であるHbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)-6.5%以上の人の割合は全国的に見ても高い水準が続いている。

野菜摂取量



食塩摂取量



歩数

